

Belki kullanabilirim

Korku ve merak



Risk faktörleri

- Psikolojik sorunları olan ya da herhangi bir madde bağımlılığı bulunan ebeveynin çocukları daha büyük risk altındadırlar
- Ebeveyn-çocuk arasında bağlanma ve ilgi eksikliği (özellikle 'Baba' rolünün ev ortamında eksikliği)
- Sınıfta aşırı utangaçlık ya da şiddet içeren davranışlar
- Okul başarısında düşüş

Önleme önemlidir!

Toplumda bağımlılık yapıcı maddelerin kullanılmasını ve yayılmasını önleme çalışmaları, bu maddelerin yarattığı bireysel ve toplumsal sorunları en aza indirmek ve toplumda sağlıklı davranışların gelişmesini sağlamak amacıyla yapılmaktadır.

- Bağımlılık, gelişikten sonra tedavisi oldukça güç olan bir hastalıktır.
- Uygulanan uzun süreli tedavilerin maliyeti çok yüksektir.
- İyileştikten sonra gerekli sosyo-psikolojik tedbirler alınmazsa, bağımlılığın yineleme oranı çok yüksektir.
- Madde kullanımının insan sağlığı üzerindeki olumsuz etkisi nedeniyle ülkenin sağlık harcamaları artmaktadır.
- Her türlü önleme programı maliyetinin, tedavi maliyetinden daha düşük olduğu gözlenmiştir.

MADDE BAĞIMLILIĞI



TÜRKİYE
YEŞİLAY
CEMIYETİ

YEŞİLAY yaz
2423e
SMS Gönder
₺5 bağış yap

yesilay.org.tr



/1920yesilay



/TürkiyeYesilayCemiyeti

Sepetçiler Kasrı, Sarayburnu Eminönü / İstanbul Tel +90 212 527 16 83 Faks +90 212 522 84 63

YEŞİLAY



Uyuşturucu madde bağımlılığı nedir?

Sakinleştirici ve uyarıcı etkileri olan, giderek daha fazla alma isteği ve alınmadığında yoksunluk belirtileri doğuran kimyasal maddelere "uyuşturucu madde" adı verilir. Uyuşturucu madde bağımlıları, çoğunlukla kullanımı kontrol edebilecekleri düşüncesiyle madde kullanmaya başlarlar. Oysa bağımlılığın nasıl gelişeceği öngörülemez, bir kez kullanım dahi son derece risklidir. İlk kullanımdan sonra tekrar tekrar madde alma ihtiyacı doğar. Aynı uyuşturucu etkinin sağlanması için kullanım sıklığı ve/veya miktarı artar. Bu kısır döngünün yerleşmesiyle kişi bağımlılık sürecine girmiş olur.



Etkileri

Uyuşturucu olarak kullanılan maddelerin kimyasal yapıları birbirinden farklıdır. Kullanıldıklarında merkezi sinir sisteminin farklı bölümlerini etkileyerek fiziksel ve psikolojik tahribata yol açarlar. Uyuşturucu maddelerin hiçbir güvenli kullanım şekli yoktur. Kullanan herkes için bağımlı olma riski eşittir. Hücrelerimiz vücuda giren her maddeyi tanır ve bir daha unutmamak üzere hafızasına alır. Hücresel öğrenme süreci denen bu durum herkes için geçerlidir.

- Akli ve iradeyi işlemez hale getirir. Kişiyi normal yaşam ve davranışlarından uzaklaştırır.
- Bulantı, kusma, karn ağrıları, kabızlık, ishal, mide ve bağırsak spazmlarına/kanamalarına sebep olur.
- Tüm iç organların zarar görmesine ve buna eşlik eden bir dizi hastalığa neden olur.
- Zehirlenmelere ve bu yolla gelen ölümlere sebep olur.
- Uyuşturucular, bireyin çevreye uyum yeteneğini azaltır. Bağımlı giderek aileden ve çevresinden kopararak yalnızlaşır. Çoğu zaman bu tabloya ağır bunalımlar eşlik eder.

Ne yapmamalı?

- Kabullenmeme-İnkâr: "Yok, benim çocuğum asla kullanmaz."
- Kendini ve eşini suçlama: "Bu çocuk senin yüzünden böyle oldu." "Biz iyi anne-baba olmadık."
- Hayal kırıklığı, çaresizlik duygusu: "Ben seni bunun için mi yetiştirdim?" "Her şey bitti, artık hiçbir şey eskisi gibi olamaz."
- Öfke: "Benim böyle bir çocuğum olamaz!"
- Çocuğu suçlama ve aşağılama: "Senden hiçbir şey olmaz."
- Uç kararlar alma: "Okul hayatın bitti."



Ne yapmalı?

- Eğer kişi maddenin etkisi altında ise onunla bu durumda konuşmanın yararı olmaz.
- Kendinizi hazır hissetmeden onunla konuşmayın.
- Açık, samimi ve inandırıcı olun, öğüt vermeyin.
- Genellemeler yapmaktan kaçının.
- Korkularınıza dayanarak konuşmayın.
- Onu etiketlemekten kaçın, çünkü "kullanıcı olarak" etiketlenen kişiye yaklaşmak çok zordur.
- Önyargılarınızın farkına varın ("Bunlar iflah olmaz"), böylece yanlış iletişim kurma olasılığını azaltırsınız.
- Kendinizi onun yerine koymayı deneyerek onun düşünce, yaşantı ve korkularını anlamaya çalışın.
- Uzman yardımı alması için samimi bir yaklaşımla onu ikna edin.

Önleyici faktörler

- Uyuşturucu maddeler ile ilgili yaşa uygun doğru bilgilendirme
- Güçlü ve pozitif aile bağları
- Anne-Babaların çocuklarıyla ilgili olmaları ve çocuklarının kimlerle arkadaşlık ettiğinden haberdar olmaları
- Aile içi kuralların açık olması ve herkesin bunlara uyması
- Okulda başarılı olma
- Okul, STK'lar ve kulüpler gibi kurumlarla kurulmuş güçlü bağlar

Tedavi için

Madde kullanan ve tedavi olmak isteyen, bu konudaki problemlerine çözüm arayan kişi ve yakınları hastanelere bağlı Alkol ve Madde Bağımlılığı Tedavi Merkezleri (AMATEM) ile psikiyatri kliniklerine başvurarak tedavi olabirler. Hasta ve doktor işbirliğiyle yürütülen tedavi, 2-6 hafta arasında hastanede yatarak arındırma ve bir yıl süre ile psiko-sosyal tedavi şeklinde gerçekleşmektedir.

En iyi korunma yolu hiç başlamamaktır.



Maddeden kurtuluş mümkün

- Bağımlılık düzelebilir ancak tam olarak iyileşmenin gerçekleşmesi için ciddi bir çaba ve zaman gerekmektedir.
- Kişinin tedavi olmayı istemesi ve kendini hazır hissetmesi en önemli aşamadır.
- Bu süreçte doğru iletişim ve bağımlının yaşadıklarını yakınlarıyla paylaşması önemlidir.
- Bağımlılık tedavisi kişiye, kullanılan maddenin cinsine ve kullanım süresine göre değişiklik gösterir.
- Maddeyi kişinin tek başına bırakması neredeyse imkânsızdır, muhakkak uzman yardımı alınmalıdır.